Preguntas y Respuestas

Nitratos en el agua potable

Mayo 2012
DOH 331-214s
Actualizado

El nitrato es un químico que se encuentra en la mayoría de los fertilizantes, estiércol, y residuos líquidos que se liberan de los tanques sépticos. Las bacterias naturales del suelo pueden convertir nitrógeno al nitrato. La lluvia o agua de irrigación puede llevar el nitrato a través del suelo hasta las aguas subterráneas. Su agua potable puede contener nitrato si su pozo saca agua de tales aguas subterráneas.

El nitrato es un contaminante que puede ocasionar enfermedades agudas, lo que significa que una sola exposición puede afectar a la salud de alguien.

¿Cómo afecta a la salud el nitrato?

El nitrato reduce la capacidad de los glóbulos rojos para llevar oxígeno. En la mayoría de los adultos y niños, estos glóbulos rojos se normalizan rápidamente. Sin embargo, en los lactantes, los glóbulos rojos pueden demorar más tiempo para normalizarse. Los lactantes que beben agua con altos niveles de nitrato (o comen alimentos hechos con agua contaminada con nitrato) pueden desarrollar una enfermedad seria debido a la falta de oxígeno. Esta enfermedad se llama metahemoglobinemia o "síndrome del bebé azul." Algunos científicos piensan que la diarrea puede empeorar este problema.

¿Está regulado por el estado el nitrato en el agua?

Sí. La ley estatal requiere que los sistemas de agua pública hagan pruebas para muchas contaminantes incluyendo el nitrato con regularidad. Nuestra norma para calidad del agua es 10 miligramos por litro (mg/L). Los sistemas de agua pública que contienen niveles de nitrato por encima de 10 mg/L deben notificar a las personas quien recibe agua de ellos.

Los niveles bajos de nitrato en el agua no tendrán un efecto de largo plazo en su bebé. Si su bebé no tiene ningunos de los signos del síndrome del bebé azul, no es necesario que su doctor le examine por la enfermedad de metahemoglobinemia.

¿Cuáles son los signos del síndrome del bebé azul?

El síndrome del bebé azul **moderado a serio** puede causar un tono de piel café-azulado dado la falta de oxígeno. Esta condición puede ser difícil de detectar en lactantes con piel oscura. Para bebés con piel oscura, busca un color azulado dentro de la nariz y la boca, en los labios, o la piel debajo de las uñas de las manos o los pies.

El síndrome del bebé azul **suave a moderado** puede causar signos parecidos a un resfriado u otra infección (irritado, cansado, con diarrea o vómitos). Aunque existe una prueba de sangre para ver si un lactante tiene el síndrome del bebé azul, es posible que los médicos no hagan esta prueba para los bebés con síntomas suaves a moderados.

¿Qué debo hacer si mi bebé tiene el síndrome del bebé azul?

Lleve el bebé al hospital de inmediato si el tono de la piel tiene un color café-azulado o tiene un color azulado en los labios, la lengua, las encías, la piel debajo de las uñas y la nariz. Un medicamento llamado "azul de metileno" normalizará rápidamente la sangre del bebé.

Washington State Department of Health
Environmental Public Health
Office of Drinking Water

HELPING TO ENSURE SAFE AND RELIABLE DRINKING WATER

¿Puedo prevenir el síndrome del bebé azul?

Si. No dé a los bebés menores de 12 meses de edad agua potable con niveles de nitrato más alto de 10 mg/L. No les dé verduras con alto contenido en nitrato como la remolacha, brócoli, zanahorias, coliflor, ejotes o judías, espinaca, y nabos hasta que el bebé tenga más de siete meses de edad.

Los niveles de nitrato en el agua de pozo pueden variar a través del año. Si usted tiene un pozo privado y no está seguro de la calidad del agua, es posible que desee usar agua en botella para preparar la comida y bebidas de su bebé. Aunque hervir el agua elimina las bacterias, no remueve químicos como el nitrato. De hecho, hirviendo causa la evaporación del agua que puede resultar en el incremento del nivel de nitrato.

¿Puede la lactancia materna ocasionar el síndrome del bebé azul?

Se ha encontrado bajos niveles de nitrato en la leche materna, pero los niveles no son bastantes altos para causar el "síndrome del bebé azul."

¿Puede el nitrato afectar a los adultos?

Aunque las células rojas vuelven rápidamente a la normalidad, las condiciones de salud de algunas personas las hacen más susceptible a los problemas de salud por nitrato. Las personas con las siguientes condiciones de salud no deberían beber agua con más de 10 mg/L de nitrato:

- Las personas que no tienen suficientes ácidos estomacales.
- Las personas con pérdida hereditaria de la enzima que convierte los glóbulos rojos afectados en células normales (metahemoglobina reductasa).
- Las mujeres embarazadas o que están tratando de quedar embarazadas. Alto contenido de nitratos puede incrementar el riesgo de aborto espontáneo o ciertos defectos de nacimiento.

¿Cómo puedo saber si mi agua de pozo tiene nitrato?

Los pozos poco profundos, mal sellados o construidos o los pozos que extraen agua de acuíferos poco profundos tienen riesgo más alto de tener agua contaminada con nitrato. El abono (estiércol) y los desechos de un tanque séptico pueden también contener bacterias y virus que causan enfermedades.

Si usted es el dueño de un pozo privado nosotros recomendamos que analice el agua por bacterias y nitrato cada año. El departamento de salud de su condado puede decirle donde puede obtener el análisis de su agua y pudiera tener recomendaciones específicas para el análisis. Muchos laboratorios certificados cobran entre $20 a $40 por análisis. Si el resultado del análisis de nitrato es de 5 mg/L o más alto, recomendamos que vuelva a hacer otro análisis en seis meses.

¿Dónde puedo obtener más información?

Si usted obtiene agua de un sistema público, llame a su servicio de agua o al Departamento de Salud del Estado de Washington, Oficina de Agua Potable, al número de teléfono 800-521-0323 o visítenos en línea en: http://www.doh.wa.gov/CommunityandEnvironment/DrinkingWater.aspx

Si tiene un pozo privado, llame al departamento de salud local. También puede encontrar información en **Pozos Privados: Información para los propietarios (331-349s)** una publicación disponible en Inglés y Español http://www.doh.wa.gov/portals/1/Documents/pubs/331-349s.pdf

Para una lista de laboratorios certificados, visite en línea al Departamento de Ecología de Washington en: https://fortress.wa.gov/ecy/laboratorysearch/. Bajo "Location" seleccione su estado, ciudad y condado. En la parte baja de la página haga click en "Show results." Haga click en el nombre de un laboratorio para ver qué tipo de análisis hace. Llame al laboratorio para asegurarse que esté acreditado para hacer análisis de nitrato.

Para personas discapacitadas, este document está disponible a sui pedido en otros formatos. Para hacer su pedido, llame al 1-800-525-0127 (TDD/TTY llame al 711).